

# Permainan Tradisional Sebagai Salah Satu Pemecahan Masalah Karakter Bangsa

Reo Prasetyo Herpandika<sup>1</sup>, Dhedhy Yuliawan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. KH Ahmad Dahlan No.76

Mojoroto, Kediri, 64112

E-mail: yakuzi27@gmail.com<sup>1</sup>, dhedhy\_07@yahoo.com<sup>2</sup>

**Abstrak** — Karakter bangsa harus ditempa dan ditumbuhkembangkan agar menjadi baik sesuai dengan cita-cita bangsa. Tujuan karakter bagi individu adalah pembelajaran sepanjang hayat dimana untuk kelangsungan hidup bermasyarakat. Salah satu sebagai wujud pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga adalah melalui permainan tradisional, permainan tradisional diangkat karena budaya merupakan identitas bangsa yang memiliki unsur nilai-nilai pendidikan karakter. Seiring perkembangan globalisasi, maka budaya lokal yang terwujud dengan permainan tradisional semakin terkikis. Maka sangat diperlukan upaya untuk mengembangkan karakter anak di Sekolah melalui permainan tradisional yang terkemas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Maka dalam membangun karakter sportif melalui permainan tradisional yang diajarkan dipembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain (1) permainan “betengan”, (2) permainan “bola bakar”, (3) permainan “kasti”, (4) permainan “gobak sodor”, (5) permainan “sepak bola semarang”, (6) permainan “ular naga”, (7) permainan “jaring ikan”, (8) permainan “kucing tikus”, (9) permainan “patungan”, (10) permainan “boi boinan”, dan sebagainya. Karena setiap permainan-permainan yang diajarkan mengandung nilai sportivitas. Nilai sportivitas yang paling utama adalah menerima kekalahan dan tidak sombong jika menang. Selain itu nilai karakter yang terdapat pada permainan tradisional ditunjukkan pada sikap anak dalam mentaati peraturan permainan yang disepakati bersama. Selain itu karakter yang dapat dibentuk dari permainan tradisional adalah: (1) kerja sama, (2) jujur, (3) tanggung jawab, (4) kerja keras, (5) sportif, dan (6) toleransi. Diharapkan dengan penerapan olahraga tradisional di pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan akan tercipta karakter-karakter anak bangsa yang berbudi luhur.

**Kata Kunci** — Permainan Tradisional, Karakter Bangsa

## I. PENDAHULUAN

Sekarang ini bangsa Indonesia dihadapkan permasalahan yang cukup rumit. Permasalahan bangsa Indonesia saat ini adalah pendidikan karakter yang tak kunjung ada akhirnya. Menteri Pendidikan Nasional menyampaikan permasalahan tentang pengembangan pendidikan budaya dan karakter bangsa. Karena sebagai negara yang mengedepankan karakter bangsa sebagai ciri khas suatu negara, maka dibutuhkan sebuah cara untuk menanamkan karakter sejak dini. Berbicara tentang karakter yang belum mendapatkan solusi yang tepat, sehingga sangatlah diperlukan campur tangan seluruh elemen. Hal ini karena pendidikan karakter tidak hanya proses transfer ilmu, melainkan internalisasi keilmuan yang menjadikan perubahan watak. Seiring dengan perkembangan teknologi, eksistensi karakter bangsa semakin terkikis. Perubahan jaman tersebut haruslah dihadapi bukan untuk dihindari, jadi pemerintah hendaklah menyiapkan anak sebagai generasi bangsa dengan kematangan psikologis.

Karakter bangsa harus ditempa dan ditumbuhkembangkan agar menjadi baik sesuai dengan cita-cita bangsa. Tujuan karakter bagi individu adalah pembelajaran sepanjang hayat dimana untuk

kelangsungan hidup bermasyarakat. Seperti pendapat dari [8] “*These are the broad aim so character education: (1) to build a foundation for life long learning; (2) to support successful relationships at home, in the community, and in the work place; and (3) to develop the personal values and virtues for sustainable participation in a globalized world*”. Artinya karakter bertujuan sebagai membangun fondasi untuk pembelajaran sepanjang hayat dalam berhubungan di rumah, di masyarakat, dan di tempat kerja dengan mengembangkan nilai-nilai dan kebajikan pribadi untuk partisipasi berkelanjutan dalam dunia global. Hal ini diperkuat dengan pendapat [4] “Semakin tertanam karakter mulia dan karakter yang mencerminkan identitas bangsa dalam perilaku dan sikap anak-anak akan memunculkan generasi penerus bangsa yang mandiri dan kompeten”. Dapat dikatakan pendidikan karakter menjadi salah satu cara untuk menjaga kelangsungan bangsa dengan menjadikan generasi penerus yang berkarakter.

Karakter melekat pada perilaku sekaligus menjadi ciri khas seseorang, karakter adalah *the mental and moral qualities distinctive to an individual*. Menurut [8] menyatakan, “*character education is a planned effort to promote the development of virtues, moral*

*values and moral agency at a young age by correlating the educational environment*". Artinya pendidikan karakter merupakan usaha yang terencana agar dapat mengembangkan nilai kebajikan, nilai moral dan agensi moral dalam diri anak yang berhubungan dengan lingkungan pendidikan. Menurut beberapa pendapat di atas sangat nampak jelas bahwa karakter merupakan perbuatan yang dilakukan sesuai dengan individu dan tidak dapat dibuat-buat, karena hal tersebut merupakan tingkah laku individu yang mendasar.

Menurut Undang-undang no 20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3, menyebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Tujuan dari pendidikan nasional adalah menjadikan anak agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki akhlak mulia, sehat, berilmu, memiliki kecakapan yang mandiri dan kreatif serta menjadi warga negara yang baik. Dalam usaha pembentuk karakter melalui jalur pendidikan dibutuhkan perhatian khusus tentang pelaksanaannya. Hal ini dikarenakan mental yang dimiliki anak sekolah saat ini menunjukkan kemerosotan mental. Banyak kenakalan anak yang sebagian besar pelakunya adalah anak sekolah. Dari SD, SMP, SMA memiliki permasalahan kenakalan anak masing-masing disetiap tingkatan sekolah. Tidak hanya itu, perubahan sikap dan perilaku dalam pergaulan masyarakat khususnya para pelajar juga semakin memprihatinkan, mengingat semakin meningkatnya tawuran antar pelajar, serta bentuk-bentuk kenakalan remaja lainnya di kota-kota besar berupa pemerasan/kekerasan kecenderungan dominasi senior terhadap junior, fenomena suporter bonek, penggunaan narkoba, dan lain-lain [1].

Melalui permasalahan yang terjadi pada kenakalan anak tersebut, maka pemerintah mengintegrasikan pendidikan karakter dengan pendidikan nasional melalui kegiatan pembelajaran dalam setiap mata pelajaran termasuk penjas dan olahraga. Pentingnya transfer pendidikan karakter, karena pendidikan karakter dapat dianggap sebagai salah satu solusi untuk mengurangi problematika bangsa saat ini, untuk menjadi bangsa yang lebih baik, sehingga nantinya lahir generasi bangsa yang tumbuh berkembang dengan karakter yang bernafas nilai-nilai luhur bangsa serta agama [11]. Salah satu wujud pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga adalah melalui permainan tradisional. Permainan tradisional diangkat karena budaya merupakan identitas bangsa yang memiliki unsur nilai-nilai pendidikan karakter. Budaya merupakan salah satu bentuk kearifan lokal yang tercermin pada permainan tradisional. Hapidin dan Yenina (2016:204) menjelaskan, "Permainan tradisional merupakan bentuk ekspresi dan apresiasi

dari tradisi masyarakat dalam menciptakan situasi serta kegiatan yang gembira dan menyenangkan". Permainan tradisional sebagai sarana untuk mengembangkan potensi karakter anak. Seiring perkembangan globalisasi, maka budaya lokal yang terwujud dengan permainan tradisional semakin terkikis. Maka sangat diperlukan upaya untuk mengembangkan karakter anak di Sekolah melalui permainan tradisional yang terkemas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

## II. PEMBAHASAN

Karakter merupakan identitas diri yang dilihat dari watak dan perilaku. Jadi pembentukan karakter mutlak bertolak pada perilaku dan watak anak. Pendapat [13] mengungkapkan bahwa, "karakter adalah nilai-nilai yang khas baik yang terpatuhi dalam diri individu dan tidak terelakkan dalam perilaku". Selanjutnya Tadkiratun [10] menjelaskan bahwa karakter mengacu pada serangkaian sikap perilaku (*behavior*), motivasi (*motivations*), dan keterampilan (*skills*), meliputi keinginan untuk melakukan hal yang terbaik. Artinya karakter adalah salah satu usaha sadar untuk sarana kelangsungan hidup bermasyarakat, memahami perilaku, rasa kepedulian serta memiliki keterampilan nilai-nilai etika. Karena pendidikan karakter berdasar dari watak dan perilaku, maka pastilah tercipta tidak secara instan.

Karakter terbentuk dengan proses dan pembiasaan dalam berperilaku. Seperti pendapat dari [7], "Karakter tidak mungkin nampak dan diharapkan muncul dalam kondisi cepat dan instan namun perlu pembiasaan yang nantinya akan terakumulasi dalam kompetensi dan nampak dalam perilaku kehidupan seseorang, maka perlu adanya perencanaan dan program dalam pembentukan karakter". [10] menerangkan bahwa untuk mengembangkan karakter melalui tahap pengetahuan (*knowing*), kemudian berbuat (*acting*), menuju kebiasaan (*habit*) dimaksudkan bahwa karakter tidak sebatas pada pengetahuan saja, akan tetapi perlu ada perlakuan dan kebiasaan untuk berbuat sehingga membentuk karakter yang baik. Pendapat di atas menjelaskan untuk menerapkan pendidikan karakter dibutuhkan suatu proses dan tidak secara instan melainkan dengan cara pembiasaan.

Merujuk dari penjelasan sebelumnya pendidikan karakter dapat ditanamkan melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Hal ini sesuai dengan pendapat Adolf Ogi dalam [13] "*Sport teaches life skill sport remains the best school of life*". Dapat diartikan olahraga sebagai sarana untuk mengajarkan jasmani, rohani, sosial, dan sekaligus sebagai sekolah kehidupan. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diharapkan memberikan kontribusi dalam mengembangkan karakter anak. Karena Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tidak

mengembangkan dari sisi kecerdasan intelektual dan psikomotorik, melainkan dalam mengembangkan kepribadian anak harus tercapai. Maka Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki peran dalam membentuk anak diseluruh aspek, yaitu aspek Kognitif, Afektif dan Psikomotorik. Individu yang memiliki kepribadian yang kuat, watak yang baik, dan sifat yang mulia dapat diambil dari nilai Pendidikan Jasmani.

Pendidikan jasmani pastilah berhubungan dengan gerak badan, namun nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani merupakan penanaman karakter yang cukup efektif. Dapat diartikan nilai-nilai sportifitas dalam pendidikan jasmani dapat mengembangkan karakter anak. Berdasar pada pendapat-pendapat di atas sangatlah jelas olahraga mampu mengembangkan karakter anak. Dengan pendapat ini jelas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai salah satu sarana untuk menjadikan karakter anak menjadi lebih baik. Sehingga sekolah sebagai lembaga pemerintah dalam melaksanakan pendidikan nasional juga memiliki peran membangun karakter melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Terkait dengan pendidikan karakter yang diintegrasikan melalui pendidikan jasmani, maka permainan tradisional sebagai salah satu wujud nyata untuk mewujudkannya. Permainan tradisional merupakan hasil dari proses kebudayaan lokal yang masih tertanam dengan nilai-nilai kearifan lokal. [9] menyatakan, "Permainan tradisional disini adalah permainan anak-anak dari bahan sederhana sesuai aspek budaya dalam kehidupan masyarakat". Permainan tradisional cukup familiar dengan permainan rakyat yang bertujuan sebagai hiburan dan sekaligus menjaga hubungan sosial. Sesuai dengan pengertian permainan tradisional, pastilah masing-masing daerah memiliki ciri khas permainan tradisional sendiri. Namun hamper sebagian besar di Indonesia memiliki permainan tradisional yang memiliki kemiripan. Hal ini karena nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tradisional mampu memberikan karakter yang mencerminkan identitas bangsa. Dalam permainan tradisional dapat diambil nilai kearifan budaya lokal yang memiliki peran untuk membangun karakter anak. Nilai-nilai kearifan lokal tersebut adalah (1) karakter kerja sama, (2) karakter jujur, (3) karakter tanggung jawab, (4) karakter kerja keras, (5) karakter sportif, dan (6) karakter toleran [5]. Nilai-nilai yang dapat diambil dari permainan tradisional tersebut maka langkah selanjutnya adalah memberikan pemahaman tentang pentingnya permainan tradisional. Hubungannya dengan pendidikan karakter cukup erat, mengingat salah satu pendekatan pendidikan jasmani dan olahraga adalah melalui permainan tradisional. Mengingat permainan tradisional saat ini semakin ditinggalkan dengan adanya kemajuan teknologi yang disebut sebagai era

gadget. Disamping itu pendidikan jasmani dan olahraga mengambil peran sebagai sarana mengembangkan karakter juga melestarikan budaya. Anak-anak semakin sering bermain dengan gadget, sehingga membiasakan diri dengan perilaku yang jauh dari karakter bangsa. Hal ini secara tidak langsung akan mempengaruhi pola berpikir anak dan bersikap kurang memahami tata aturan dan norma yang berlaku di masyarakat.

### III. PEMECAHAN MASALAH

Pendidikan karakter merupakan salah satu dari cita-cita bangsa dalam dunia pendidikan. Hal ini dibutuhkan konsistensi pemerintah tentang kurikulum yang berlaku dalam system pendidikan nasional. Selain itu Sumber Daya Manusia di dalamnya juga sangat erat hubungannya dengan keberhasilan pendidikan karakter. Dalam pendidikan karakter dibutuhkan strategi dalam menanamkannya. Anifral Hendri [11] menyatakan bahwa, ada beberapa strategi dalam pembentukan karakter, antara lain:

1. Keteladanan; memiliki integritas tinggi serta memiliki kompetensi: pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional
2. Pembiasaan
3. Penanaman kedisiplinan
4. Menciptakan suasana yang kondusif Integrasi dan internalisasi
5. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
6. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
7. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar dalam pendidikan jasmani.
8. Mengembangkan keterampilan untuk melakukan aktivitas jasmani dan olahraga, serta memahami alasan-alasan yang melandasi gerak dan kinerja.
9. Menumbuhkan kecerdasan emosi dan penghargaan terhadap hak-hak asasi orang lain melalui pengamalan fairplay dan sportivitas.
10. Menumbuhkan self-esteem sebagai landasan kepribadian melalui pengembangan kesadaran terhadap kemampuan dan pengendalian gerak tubuh
11. Mengembangkan keterampilan dan kebiasaan untuk melindungi keselamatan diri sendiri dan keselamatan orang lain.
12. Menumbuhkan cara pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan pola hidup sehat.
13. Menumbuhkan kebiasaan dan kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara teratur dalam aktivitas fisik dan memahami manfaat dari keterlibatannya

14. Menumbuhkan kebiasaan untuk memanfaatkan dan mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif

Melihat penjelasan strategi di atas maka faktor yang paling penting dalam menanamkan karakter adalah pembiasaan yang konsisten. Dalam permainan tradisional yang saat ini semakin ditinggalkan oleh anak-anak, maka guru dan orang tua memberikan pemahaman tentang pendidikan melalui permainan tradisional. Hal ini dikarenakan permainan tradisional meunjukan salah satu sisi tersendiri dalam mengembangkan kecerdasan intelektual, spiritual, dan spiritual. Selain itu permainan tradisional memiliki pesan moral tersendiri, yaitu:

1. Permainan tradisional mengajarkan untuk berbagi kepada sesama teman, karena permainan menuntut mereka untuk berinteraksi langsung dengan lawan main,
2. Masing-masing pemain harus dapat bersikap sportif pada setiap permainan yang dilakukan dan harus dapat menerima jika dia kalah,
3. Setiap pemain harus menyelesaikan setiap permainan dari awal sampai akhir permainan, tidak boleh berhenti di tengah permainan (tidak boleh putus asa),
4. Masing-masing pemain akan berpikir kreatif terhadap hal-hal yang ada disekelilingnya sehingga diharapkan kelak anak-anak tersebut menjadi manusia dewasa yang kreatif (dalam hal positif tentunya) [10].

Dari pendapat di atas kata sportif menjadi acuan dalam pendidikan karakter. Hal ini dikarenakan sportif merupakan slogan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Maka dalam membangun karakter sportif melalui permainan tradisional yang diajarkan dipembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain: (1) permainan "betengan", (2) permainan "bola bakar", (3) permainan "kasti", (4) permainan "gobak sodor", (5) permainan "sepak bola semarang", (6) permainan "ular naga", (7) permainan "jaring ikan", (8) permainan "kucing tikus", (9) permainan "patungan", (10) permainan "boi-boinan", dsb. Karena setiap permainan-permainan yang diajarkan mengandung nilai sportivitas. Nilai sportivitas yang paling utama adalah menerima kekalahan dan tidak sombong jika menang. Selain itu nilai karakter yang terdapat pada permainan tradisional ditunjukkan pada sikap anak dalam mentaati peraturan permainan yang disepakati bersama. Selain itu karakter yang dapat dibentuk dari permainan tradisional adalah: (1) kerja sama, (2) jujur, (3) tanggung jawab, (4) kerja keras, (5) sportif, dan (6) toleransi.

Penanaman nilai karakter kerja sama dalam permainan tradisional dapat dilakukan dengan memberikan permainan beregu. Melakukan permainan ini diperlukan kerja sama dalam pelaksanaannya. Untuk permainan tradisional yang

dilakukan di pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, nilai kerja sama akan ditanamkan. Karena dalam setiap permainan dibutuhkan kerja sama antar anak agar dapat menjalankan permainan. Melalui permainan tradisional anak akan ditanamkan nilai kerja sama dengan memupuk rasa solidaritas, toleransi, empati, hormat, menghargai, dan kasih sayang terhadap orang lain. Bertolak belakang dengan permainan era modern yang lebih mengutamakan pada kepribadian anak secara individual, rasa egois, kurangnya jiwa sosial, kebugaran jasmani kurang. Maka permainan tradisional mampu mengembangkan nilai-nilai yang dibutuhkan anak dalam berhubungan dengan masyarakat dan berjiwa sosial.

Dalam penanaman nilai jujur dapat diterapkan melalui permainan tradisional. Karena sifat jujur dalam karakter anak merupakan pembiasaan dan pendidikan di keluarga, masyarakat, dan sekolah. Karena dalam kata jujur akan banyak variable untuk menerapkan dalam setiap perbuatan. Kejujuran merupakan perilaku yang didasarkan pada upaya yang menjadikan dirinya sebagai orang yang selalu dapat dipercaya dalam perkataan dan tindakan [6]. Namun dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui permainan tradisional akan ditanamkan nilai jujur. Jelas pada setiap permainan tradisional kejujuran sangat dibutuhkan, karena dalam melakukan permainan terdapat aturan permainan yang harus ditaati setiap pemainnya dan kejujuran harus dipegang bersama-sama.

Tanggung jawab adalah sifat yang ada pada anak dalam melaksanakan suatu tugas atau kewajiban. Artinya nilai tanggung jawab merupakan tindakan sadar dalam menyelesaikan tugas meskipun bebannya berat, sulit, rumit, namun dilaksanakan dengan sungguh-sungguh. Cakupan dari nilai tanggung jawab adalah diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan kepada Tuhan. Bentuk permainan team work (dilakukan dengan kelompok), sehingga mendapatkan bagian masing-masing maka mengandung nilai tanggung jawab yang tinggi. Permainan kelompok seperti ini akan memberikan dampak pada nilai tanggung jawab seorang anak. Sehingga karakter tanggung jawab akan terbentuk melalui permainan tradisional.

#### IV. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dhedhy Yuliawan, "Pembentukan Karakter Anak dengan Jiwa Sportif Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan". JurnalSportif. VOL. 2 NO. 1 MEI 2016
- [2] Chiara Pattaro, "Character Education: Themes and Researches. An Academic Literature Review, Italian Journal of Sociology of Education". 2016, hlm. 11-12.
- [3] Hapidin dan Yenina, "Pengembangan Model Permainan Tradisional dalam Membangun Karakter Anak Usia Dini". Jurnal Pendidikan Usia Dini. Volume 10 Edisi 2, November 2016.
- [4] Hendra Cipta, "Penerapan Pendidikan Karakter Pada Anak di Indonesia dan Jepang", Jurnal NOURA. Vol. 01. No.1. 2017.

- [5] Kasnadi dan Sutejo, "Permainan Tradisional Sebagai Media Pendidikan Karakter". PROSIDING SEMINAR NASIONAL PPKn III 2017.
- [6] Kasnadi, "Pendidikan Karakter Berbasis Cerita Rakyat Ponorogo". Ponorogo: Tjah Njero bekerja sama dengan SKIP PGRI Ponorogo. 2017.
- [7] Listiyono, "Pendidikan Karakter dan Pendekatan SETS dalam Perencanaan Pembelajaran Sains". Jurnal PHENOMENON. Volume 2, Nomor 1. Juli 2012.
- [8] Maya Bialik, Michael Bogan, Charles Fadel and Michaela Horvathova, "Character Education for the 21st Century: What Should Students Learn?". Center for Curriculum Redesign. Boston., Massachusetts. www.Curriculumredesign.org. 2017.
- [9] Rizki Aulia Elissa, "Permainan Tradisional Sebagai Wadah Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Dasar". Prosiding Seminar Nasional Tahunan Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan Tahun 2017 Vol. 1 No. 1 2017, Hal. 421-424. <http://semnastafis.unimed.ac.id>.
- [10] Sudrajat, Taat Wulandari, Agustina Tri Wijayanti, "Muatan Nilai-nilai Karakter Melalui Permainan Tradisional di PAUD AmongSiwi, Panggunharjo, Sewon, Bantul". JIPSINDO No. 1, Volume 2, Maret 2015
- [11] Jakaria, "Kontribusi Pendidikan Karakter terhadap Pembangunan Karakter Bangsa". Jurnal Pendidikan Karakter J.A.W.A.R.A, vol 2, No. 2, 2016.
- [12] Sitki Kocman, Mugla and Ali Gurel Goksel, "The Examination of Sportsmanship Behaviors of Beach Handball Players in Turkey". The Sport Jurnal. Volume 19. August 2017.
- [13] Toho Cholikh Mutohir, M. Muhyi, A. Fenanlampir, "Berkarakter dengan Berolahraga, Berolahraga dengan Berkarakter (Olahraga Membangun Karakter Bangsa)". Surabaya: Sport Media. 2011.